



### Autorky:

**Michaela Mrowetz**, klinická psycholožka, psychoterapeutka a soudní znalkyně. V oblasti klinické psychologie, kromě běžné praxe v ordinaci, přednáší na téma podpory bondingu – zajištění podpory rané vazby mezi dítětem a matkou. Usiluje o přístup zdravotníků k matce a dítěti po porodu jako jedné ošetrovatelské jednotce. Publikuje v časopisech. Se dvěma syny a manželem žije v Brušperku.



**Gabriela Chrastilová**, fejetonistka a spisovatelka. Píše nejen fejetony o mateřství a výchově dětí, ale rovněž články s tematikou humanizace českého porodnictví. Pravidelně přispívá do časopisu o dětech a rodině "Máma a já" a je autorkou románů "Agáta a já" a "Smrtí život začíná". Žije v Mochově, spolu s manželem a dvěma dcerami.



**Ivana Antalová**, vystudovala technologickou fakultu. Její životní zkušenosti ji ovšem přivedly na cestu pomoci druhým. Je hlavní koordinátorkou a zakladatelkou rodičovské organizace BabyKlokánci, o.s. ZRNKA, která podporuje předčasně narozené děti, nemocné novorozence a jejich rodiny. Její nejmladší dcera se narodila ve 24. týdnu těhotenství. S manželem, synem a dvěma dcerami žijí ve vesnici Psáry, nedaleko Prahy.



### Podporu bondingu pokládají za důležitou mimo jiné i tyto osobnosti:

Lada Vyvialová – oděvní designerka, autorka kostýmů kalendáře "Celé Česko čte dětem"

Tomáš Tomeček – pilot dálkových rallye, 15x účast Dakar, 2011 vítěz Africa ecco race

Štěpán Rak – kytarový virtuos, skladatel, profesor na pražské AMU

Saša Uhlová – novinářka

Denisa Prošková – novinářka a publicistka

Zuzana Baudyšová – ředitelka Nadace Naše dítě

Diana Fabiánová – slovenská režisérka, autorka mezinárodně úspěšného projektu "Měsíc v nás"

manželé Vidlákoví – majitelé anglicko-českých jeslí, školky a školy Monty v Ostravě a Praze

manželé Vieweghovi – dula a spisovatel

### Zahraniční odborníci:

John Kennel a Marshall Klaus – pediatri, první propagátoři vědomé podpory bondingu, USA

Michel Odent – porodník a chirurg, propagátor normálního porodnictví, Francie a Velká Británie

Ina May Gaskin – porodní asistentka, propagátorka porodů bez intervencí, USA

Debra Pascali Bonaro – dula, propagátorka doprovodu u porodu, USA

Peter Fedor Freybergh – gynekolog, porodník, dětský psychiatr, psychoneuroendokrinolog

a ředitel Ústavu perinatální a perinatální medicíny, psychologie a sociálních věd, Německo

Patrik Balint – terapeut, Slovensko

### Kontakty na odborníky, kteří podporují bonding:

Jiřina Prekopová – dětská psycholožka, zakladatelka Terapie pevným objetím (TPO), prezidentka mezinárodní společnosti pro TPO a autorka knih (Malý tyran, Neklidné dítě, Terapie pevným objetím, Nese mě řeka lásky aj), patronka a čestná členka Unie porodních asistentek

Tatiana Horká – dětská psychiatřička, Brno

Helena Máslová – psychogynekoložka, Praha

Magdalena Weberová – neonatoložka, Havlíčkův Brod

Ondřej Šimečka – krajský perinatolog a přednosta porodnicko-gynekologické kliniky FN Ostrava

Igor Michalec – porodník, primář porodního sálu FN Ostrava

Eliška Kodyšová – psycholožka, Praha

Jaroslav Simon – kouč, psycholog

Tomáš Kvarda – manželský poradce a předseda Asociace manželských poradců

Jana Hašplová – lektorka masáží dětí a kojenců, ředitelka školy vědomého rodičovství

organizace: UNIPA – Unie porodních asistentek

## Kniha Bonding – porodní radost

bude pokřtěna v Praze 18. května 2011 v 18.00 hod.

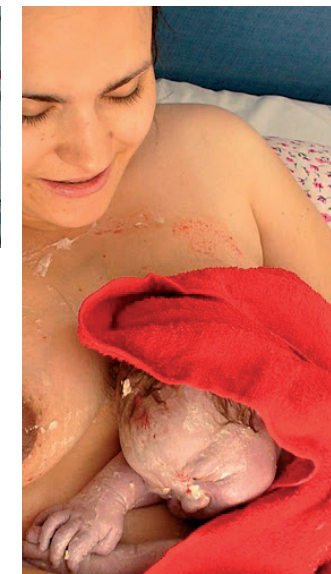
v rámci akce Světový týden respektu k porodu ([www.respektkporodu.cz](http://www.respektkporodu.cz))

V dalších dnech proběhne její čtení v Brně (19.5.) a v Ostravě (20.5.)

Během Světového týdne respektu k porodu chtějí autorky knihy darovat vybraným porodnicím:

**výtisky knihy spolu s velkými červenými ručníky** na osušení a přikrytí dětí po porodu (červená barva miminkům připomíná prostředí matčiny dělohy, usnadňuje adaptaci na prostředí mimo dělohu a zvyšuje tělesnou teplotu miminka i maminky), **červené deky** na přikrytí inkubátorů a **židle**, které poslouží rodičům, jejichž děti musí být po porodu umístěny v inkubátorech (židle jako symbol toho, že rodič je součástí péče o nemocné nebo předčasně narozené miminko a má u něho své místo).

Těmito dary chceme pomoci porodnicím, podniknout konkrétní kroky k podpoře bondingu.



**Prosíme, podpořte raný kontakt mezi dítětem a matkou!!!**

**Přispějte na koupi červených ručníků, dek a židlí.**

**Pošlete jakoukoliv částku na transparentní účet o.s. ZRNKA,**

**378 935 4052/5500 u Raiffeisenbank,**

pro ručník použijte variabilní symbol 01

pro deku použijte variabilní symbol 02

pro židli použijte variabilní symbol 03

(cena jednoho ručníku či deky je cca 200 Kč, židle cca 3000 Kč)

## Příběhy z knihy – krátká ukázka:

Žena, která si z prvního porodu jako následek odnesla nepříjemné pocity, se díky informacím o podpoře bondingu rozhodla pro ambulantní porod. Porodila bez problémů a čtyři hodiny po porodu ležela s oběma svými dcerami, s tou právě narozenou i s tou starší, doma ve vlastní posteli.

*"Jsem moc ráda, že jsem nakonec věnovala tolik času přípravě porodu, opravdu se to vyplatilo. Akorát mě mrzí, že to vůbec bylo třeba, vždyť jsem nechtěla nic zas tak nenormálního..."*

Prvorodička, maminka předčasně narozeného dítěte, pociťovala po porodu nejistotu v mateřských kompetencích, kterou posiloval přístup ošetřujícího zdravotnického personálu. *"Vjeli jsme dovnitř. ŠOK. Plno světla, divných zvuků, alarmy. Nikdo si nás nevšímá. Dojeli jsme k inkubátoru a já do něj koukám. Syn spal, vypadal spokojeně. Hadičky a kanyla mě děsí. Houká alarm, co se děje, přišla sestřička a beze slova ho vypnula. Připadám si nepatřičně, jako na návštěvě či na exkurzi."*

Umístěním dítěte na hrud' matky tzv. kůže na kůži (kangaroo mother care) může dojít:

- ke stabilizaci srdeční frekvence,
- ke snížení potřeby podávaného kyslíku,
- ke snížení počtu výpadků dechu,
- ke zlepšení spontánního dýchání,
- ke zlepšení tvorby mateřského mléka,
- ke snížení míry pláče u dítěte,
- ke zlepšení usínání dítěte, k prodloužení doby a zlepšení kvality jeho spánku,
- k rychlejšímu nárůstu hmotnosti dítěte a tím ke zkrácení jeho pobytu v nemocnici,
- k tomu, že tělo matky dokáže reagovat zvýšením či snížením vlastní teploty podle potřeby tepla svého dítěte,
- ke zvýšení pocitů kontroly nad porodním procesem u matky,
- ke zvýšení její frustrační tolerance vůči rušivým vlivům okolí,
- ke snížení šance na posttraumatickou stresovou poruchu po porodu

*"Kontakt matky a dítěte po porodu léčí přirozenou bolest z porodu, separujeme-li dítě od matky po porodu a v další době, oba tímto retraumatizujeme."* Jiřina Prekopová

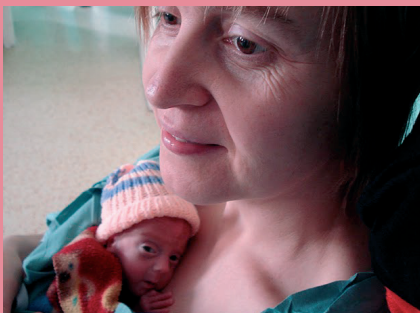
*"Ztratil jsem dvacet let života než jsem pochopil, že rodiče nejsou na novorozeneckých JIP návštěvou, ale součástí péče o dítě."* Jacques Sizon

*"Míru agresivity národa poznáme podle míry separace dítěte po porodu od matky."* Michel Odent

*"Hodnota podpory bondingu je značná, nevyčísitelná a v podstatě je zadarmo."* Marie Vnoučková

*"Matka a dítě mají neomezenou škálu možností připoutání, je zapotřebí je v lásce s láskou podpořit."* Michaela Mrowetz

*"Dodnes jsem si uchovala pocit křehký jako oplatka, jak mne hrálo teplé malinkaté tělíčko a pak můj malinkatý syneček roztáhl prstíčky jako vějíře a jemně mne jimi zašimral."* Denisa Prošková



Všechno je tak prosté, vidět bývá obtížné.

## Bonding – porodní radost

Podpora rodiny jako cesta k ozdravení porodnictví a společnosti?



**Motto: Dítě patří k matce – zdravé či nemocné – živé či mrtvé – dítě patří k rodičům.**

Bonding můžeme z angličtiny přeložit jako lepení nebo připoutání. Jedná se o proces, kdy se tvoří vztah mezi maminkou a miminkem. Každá matka a dítě se k sobě vztahují již před porodem. Budují se mezi nimi základy emočních vazeb, základy láskyplného vztahu, který naplno exploduje v hormonálně nabitě situaci při porodu. Podpora bondingu má přínos pro imunologickou, fyziologickou, psychologickou a emocionální složku vývoje člověka. Podporuje rovněž společnost v respektu k procesům porodu.

Čím více dítě a matku ve vzájemném kontaktu podpoříme, tím více jim ulehčíme start do života a následně mnohdy nelehké situace spojené s výchovou dítěte. Podpora bondingu je podporou nové rodiny a podporou zdravotníků, aby dokázali sebevědomě pečovat o dítě a matku či celou jeho rodinu jako o jednu ošetrovatelskou jednotku. Podpora bondingu má zásadní význam u dětí zdravých, protože léčí přirozené trauma způsobené porodem. Ještě důsledněji je třeba podporovat bonding u dětí nemocných a předčasně narozených.

Jde o to, abychom za daných podmínek co nejlépe "přilepili" dítě a matku k sobě.

## Kniha Bonding – porodní radost

s podtitulem *Podpora rodiny jako cesta k ozdravení porodnictví a společnosti?*

je první českou knižní publikací zabývající se podporou raného vztahu mezi dítětem a matkou.

Kniha vznikla jako otevřený rozhovor tří autorek – klinické psychologičky, maminky předčasně narozené holčičky (a dvou dětí donošených) a spisovatelky. Otevřeně se dotýká radostných i bolestných témat mateřství a rodičovství v souvislosti s těhotenstvím a porodem. Odborně, ale přitom jednoduše a srozumitelně pojímá tematiku podpory bondingu. Stěžejní myšlenkou je nutnost prosazení podpory rané vazby mezi dítětem a matkou jako běžné normy českého porodnictví. Kniha je doplněna kasuistikami, barevnou obrazovou přílohou a odkazy na výzkumy. Publikace je určena pro nejen nastávající rodiče, také pro všechny zdravotníky, kteří pečují o dítě a matku v období kolem porodu.

Kniha vyjde v dubnu 2011 v nakladatelství DharmaGaia.